

Quelltor- Der Durstlöscher im Sommer Teil 1 02.08.2026

Heiße Sommertage

An heißen Sommertagen gibt es kaum etwas Besseres als ein richtig kühles Getränk. Doch nicht jeder Durstlöscher hält, was er verspricht. Süße Limonaden schmecken im ersten Moment herrlich erfrischend, entziehen dem Körper aber wegen dem hohen Zuckergehalt schließlich noch mehr Flüssigkeit. Sie machen sogar noch durstiger.

Der Durst unserer Zeit hat viele Namen und Gesichter:

Umfrage einer Studentin: Welche drei Bedürfnisse spielen in deinem Leben die größte Rolle?

- Liebe, Hunger und Durst, Aufgabe/Sinn im Leben
- Gesundheit, Sicherheit, Freude am Leben
- Rettung/Heilung, Liebe, Spaß
- Liebe, Annahme, Schutz

Frage an euch heute Morgen: Was sind deine drei wichtigsten Bedürfnisse im Leben?

Wir sehnen uns nach Liebe, nach Anerkennung, nach einer Aufgabe im Leben, nach Geborgenheit und Schutz, und nach Freude und Spaß im Leben. Oft versuchen wir, diesen Durst mit den „Süßgetränken“ unserer Zeit zu stillen – mit Konsum, Leistung, Erfolg oder ständiger Ablenkung. Doch all das Gennannte hilft unseren tiefsten Durst nur für einen kurzen Moment zu betäuben und lässt uns innerlich häufig leerer zurück als zuvor.

Unser Lebensdurst ist aber kein Fluch, sondern ein Geschenk Gottes. Er gleicht einem inneren Kompass, der uns in Bewegung hält und uns daran erinnert, dass wir ihn aus uns selbst nicht stillen können!

Und er zeigt auch auf, dass wir an den falschen Stellen nicht wirklich unseren Durst löschen können. Dass es Fallen auf dem Weg gibt, Sackgassen und Irrwege, die uns als Durstlöscher vorgaukeln dieses innere Verlangen zu stillen. Ich glaube sogar das ist eine unserer größten Herausforderungen im jetzigen Zeitpunkt der Kirchengeschichte: Ablenkung. Der Teufel setzt alles daran uns abgelenkt und beschäftigt zu halten. Wie wunderbar das Johannes Hartls letztes Buch davon handelt, wie wir ein fokussiertes Leben führen können. Eine echt gute Empfehlung!

Dieser innere Kompass weist uns den Weg zur einzig wahren Quelle, die unseren tiefsten Durst stillen kann: zu Jesus Christus. Bei ihm alleine finden wir die Liebe und Erfüllung, nach der wir uns alle sehnen. Denn seine Verheißung gilt unverändert: Wer zu ihm kommt, dessen Lebensdurst wird gestillt.

Mt 11,28 Schl2000 Kommt her zu mir alle, die ihr mühselig und beladen seid, **so will ich euch erquicken!**

Ps 23,1 Schl2000 Der HERR ist mein Hirte; mir wird nichts mangeln.

2 Er weidet mich auf grünen Auen und **führt mich zu stillen Wassern.**

3 **Er erquickt meine Seele;** er führt mich auf rechter Straße um seines Namens willen.

Zuverlässig den Durst löschen 1 Wurzel statt Bedürfnis

Wie können wir zuverlässig Durst löschen? Der Wurzel statt dem Bedürfnis begegnen

Johannes 4,1–15 (NGÜ NT+PS) Jesus und die samaritanische Frau: Das Wasser, das den Durst für immer löscht

1 Die Pharisäer hörten, dass Jesus mehr Menschen zu Jüngern machte und taufte als Johannes.

2 Allerdings war es nicht Jesus selbst, der taufte, sondern seine Jünger.

3 Als Jesus erfuhr, dass den Pharisäern berichtet wurde, 'wie groß der Zulauf zu ihm war,' verließ er Judäa und ging wieder nach Galiläa.

4 Dabei musste er durch Samarien reisen.

5 Sein Weg führte ihn durch Sychar, eine samaritanische Ortschaft, in deren Nähe das Feld lag, das Jakob einst seinem Sohn Josef gegeben hatte,

6 und wo sich auch der Jakobsbrunnen befand. Es war um die Mittagszeit; müde von der Reise hatte sich Jesus an den Brunnen gesetzt.

7–8 Seine Jünger waren in den Ort gegangen, um etwas zu essen zu kaufen. Da kam eine samaritanische Frau zum Brunnen, um Wasser zu holen. Jesus bat sie: »Gib mir zu trinken!«

9 Überrascht fragte die Frau: »Wie kannst du mich um etwas zu trinken bitten? Du bist doch ein Jude, und ich bin eine Samaritanerin!« (Die Juden meiden nämlich jeden Umgang mit den Samaritanern.)

10 Jesus antwortete: »Wenn du wüsstest, worin die Gabe Gottes besteht und wer es ist, der zu dir sagt: ›Gib mir zu trinken‹, dann hättest du ihn gebeten, und er hätte dir Quellwasser gegeben, lebendiges Wasser.«

11 »Herr«, wandte die Frau ein, »du hast doch nichts, womit du Wasser schöpfen kannst, und der Brunnen ist tief. Woher willst du denn dieses lebendige Wasser nehmen?

12 Bist du etwa mehr als unser Stammvater Jakob, der uns diesen Brunnen gegeben und selbst von seinem Wasser getrunken hat – er und seine Söhne und seine Herden?«

13 Jesus gab ihr zur Antwort: »Jeder, der von diesem Wasser trinkt, wird wieder Durst bekommen.

14 Wer aber von dem Wasser trinkt, das ich ihm geben werde, wird niemals mehr durstig sein. Das Wasser, das ich ihm gebe, wird in ihm zu einer Quelle werden, die unaufhörlich fließt, bis ins ewige Leben.« –

15 »Herr, bitte gib mir von diesem Wasser!«, sagte die Frau. »Dann werde ich nie mehr Durst haben und muss nicht mehr hierherkommen, um Wasser zu holen.«

Vers 1-6 Jesus verlässt Judäa und reist nach Galiläa. Der Weg führt durch Samaria – ungewöhnlich, da Juden und Samariter ein angespanntes Verhältnis hatten. Sie waren verfeindet. Jesus zieht sich zurück und folgt dem Willen des Vaters. Ich glaube Jesus wird durch den Vater dorthin geführt. Am Jakobsbrunnen begegnet Jesus einer samaritanischen Frau. Der Brunnen erinnert an Gottes Geschichte mit Israel (Jakob). Jesus ist müde und durstig – ein Hinweis auf seine wahre Menschlichkeit. Er sucht Ruhe vor den Menschen und hat Durst.

Vers 7-9 Jesus spricht eine Frau direkt an – das ist einerseits gesellschaftlich ungewöhnlich und andererseits auch kulturell ungewöhnlich aufgrund ihrer Herkunft aus Samarien. Er überwindet religiöse und soziale Grenzen. Die Frau ist überrascht, dass ein Jude sie um Wasser bittet. Jesus begegnet ihr mit Respekt und Wertschätzung. Hier kommt mir der Gedanke: wie oft sind wir bereit unsere religiösen und sozialen Grenzen zu überwinden, um den Menschen zu dienen?

Verse 10–12 Die Frau hat genauso wie Jesus einfach Durst. Aber Jesus lenkt durch ein prophetisches Wort das Gespräch von der körperlichen auf die geistliche Ebene. Prophetische Worte sind genau das, was wir bei der letzten Quelltor Werkstatt in uns aktiviert haben und im Oktober noch einmal anbieten in dir zu aktivieren. Prophetische Worte sind vom Heiligen Geist gegebene Türen, um direkt in die Herzen der Menschen zu sprechen. Und genau das tut Jesus bei der Frau aus Samarien.

Er lenkt vom natürlichen Durst auf den geistlichen Durst, den jeder von uns hat: „Lebendiges Wasser“ steht für: ewiges Leben, Gottes Gnade, den Heiligen Geist, wahre Erfüllung.

Die Frau versteht zunächst nur das natürliche Wasser. Doch Jesus nutzt die Gelegenheit, eine tiefere Wahrheit zu erklären. JESUS SIEHT IHR BEDÜRFNIS UND GEHT ABER AN DIE WURZEL DER SACHE! Das ist so ein starkes Beispiel und ein wichtiger Wert für uns im Quelltor. Wenn wir nur Bedürfnisse stillen, dann behandeln wir Symptome. Wenn wir jedoch an die Wurzel gehen erleben Menschen echte Freiheit und Erlösung!

Verse 13–15 Normales Wasser stillt den Durst nur vorübergehend. Das Wasser, das Jesus gibt: stillt den geistlichen Durst dauerhaft, wird zur Quelle des ewigen Lebens, kommt von innen und erneuert den Menschen. Die Frau wünscht sich dieses Wasser, versteht aber noch nicht vollständig, was Jesus meint.

Wichtige Aussagen, die hier hervorstechen:

- Jesus sucht und begegnet Menschen unabhängig von Herkunft oder Vergangenheit. (Die Situation erinnert an das Gleichnis vom Barmherzigen Samariter, der sich um einen Juden aufopfernd kümmert)
- Gottes Gnade gilt allen Menschen. Hier als Beispiel in einer männerdominierten Welt gilt es einer Frau, die nichtjüdischer Herkunft ist!
- Äußerer Durst weist auf den tieferen, inneren Durst des Menschen nach Gott hin.
- Nur Jesus kann diesen inneren Durst dauerhaft stillen.
- Der Glaube an Jesus ist das Geschenk Gottes und führt zum ewigen Leben.

Was bedeutet dies für uns heute:

- JESUS KENNT DIE TIEFSTEN BEDÜRFNISSE DES MENSCHEN. DOCH ER BEGEGNET DER WURZEL DER SACHE, UM DEN TATSÄCHLICHEN DURST ZU STILLEN!
- Christlicher Glaube bedeutet mehr als religiöse Pflichterfüllung – es geht um eine lebendige Beziehung zu Christus. Jesus wirkt IMMER durch Beziehung. Du kannst kein Christ sein führen OHNE echte, ehrliche, demütige und transparente Beziehung zu Jesus und seinem Heiligen Geist!
- Wir Christen sind eingeladen, unserer Erfüllung nicht in Besitz, Erfolg oder Anerkennung zu suchen, sondern allein in Jesus.
- Wie Jesus sollen auch wir Vorurteile überwinden und ALLEN Menschen mit Offenheit und Liebe begegnen.

Jesus begegnet einer ausgegrenzten Frau, bietet ihr „lebendiges Wasser“ an und zeigt, dass nur er den tiefsten Durst des Menschen nach Leben, Sinn und Gemeinschaft mit Gott dauerhaft stillen kann.

Wie können wir zuverlässig Durst löschen? Der Wurzel statt dem Bedürfnis begegnen

Zuverlässig Durst löschen 2 Geistliche statt irdische Quellen

Wie können wir zuverlässig Durst löschen? Geistliche statt irdische Quellen anzapfen

Johannes 6,30–35 (NGÜ NT+PS)

30 Doch nun sagten sie: »Wenn wir dir glauben sollen, ´dass du von Gott gesandt bist,` dann lass uns ein Wunder sehen, das es uns beweist. Wo bleibt dieser Beweis?

31 Damals in der Wüste haben unsere Vorfahren Manna gegessen, wie es ja auch in der Schrift heißt: »Brot vom Himmel gab er ihnen zu essen.«

32 Jesus erwiderte: »Ich sage euch: Das Brot vom Himmel hat euch nicht Mose gegeben; es ist mein Vater, der euch das wahre Brot vom Himmel gibt.

33 Denn das Brot, das Gott gibt, ist der, der vom Himmel herabkommt und der Welt das Leben schenkt.«

34 »Herr«, sagten sie da zu ihm, »gib uns immer von diesem Brot!«

35 Jesus antwortete: »Ich bin das Brot des Lebens. Wer zu mir kommt, wird nie mehr hungrig sein, **und wer an mich glaubt, wird nie mehr Durst haben.**

Johannes 7,37–39 (NGÜ NT+PS) Jesu Angebot: das Wasser des Lebens

37 Am letzten Tag, dem größten Tag des Festes, trat Jesus ´vor die Menge` und rief: **»Wer Durst hat, soll zu mir kommen und trinken!**

38 **Wenn jemand an mich glaubt, werden aus seinem Inneren, wie es in der Schrift heißt, Ströme von lebendigem Wasser fließen.**« 39 Er sagte das im Hinblick auf den ´Heiligen` Geist, den die empfangen sollten, die an Jesus glaubten. Der Geist war zu jenem Zeitpunkt noch nicht gekommen, weil Jesus noch nicht in seiner Herrlichkeit offenbart worden war.

- Wir leben in einer schnellen Welt voller Ablenkungen. Mir begegnen so viele Personen, die total getrieben sind in dieser Welt. Es ist ganz wichtig für sich selbst zu entscheiden und zu sagen: Ich lasse mich nicht vom Leben treiben, sondern gestalte mein Leben ganz bewusst selber! Ich gestalte meinen Kalender! Ich setze die Prios in meinem Leben! Ich starte den Tag bewusst mit Gott!
- **Dazu gehört es auch immer wieder an den Ort der Ruhe zu kommen, wo wir unsere Seele und unseren Geist ganz fest bei Gott ankern.**
- **Du kannst in dieser wilden, schnellen Welt nur bestehen, wenn du dich täglich ganz bewusst an die geistliche Quelle des Lebens andockst!**
- **Ein bewusstes Bibel Lesen – nicht um Kapitel abzuhacken, sondern um vom Brot des Lebens genährt zu sein!**
- **Ein dem Heiligen Geist hingeegebenes Leben – um von der Quelle des Lebens gestillt zu sein und aus dem frischen überfließenden himmlischen Quellwasser zu leben!**
- Keine löchrigen alten Zisternen, die wir uns selbst gebaut haben, sondern immer wieder frisches Wasser direkt von Gottes Thron!

Wie können wir zuverlässig Durst löschen? Geistliche statt irdische Quellen anzapfen

Zuverlässig Durst löschen 3 Verlasse nicht die Quelle des Lebens

Wie können wir zuverlässig Durst löschen? Verlasse die Quelle des Lebens nicht!

Jer 2,13 Schl2000 Denn mein Volk hat eine zweifache Sünde begangen: Mich, **die Quelle des lebendigen Wassers**, haben sie verlassen, um sich **Zisternen zu graben, löchrige Zisternen, die kein Wasser halten!**

Jer 17,13 Schl2000 HERR, du Hoffnung Israels! Alle, die dich verlassen, müssen zuschanden werden! Ja, die, welche von mir weichen, werden auf die Erde geschrieben werden; **denn sie haben den HERRN verlassen, die Quelle lebendigen Wassers!**

1. **Abgestandenes Wasser ist Wasser, das längere Zeit in einem Behälter oder einem stehenden Gewässer bleibt. Es wird kaum oder gar nicht erneuert.**
 - der Sauerstoffgehalt sinkt,
 - Mikroorganismen können sich stärker vermehren,
 - der Geschmack kann sich verändern (oft wirkt es „fade“),
 - Gerüche können sich entwickeln, wenn Verunreinigungen vorhanden sind.
2. **Frisches Quellwasser stammt aus einer natürlichen Quelle, an der Grundwasser an die Oberfläche tritt.**
 - Es ist ständig in Bewegung bzw. wird kontinuierlich nachgeliefert,
 - Es ist meist sauerstoffreicher,
 - Es ist oft kühl und schmeckt frisch,
 - Es ist durch den Boden natürlich gefiltert, wobei die tatsächliche Wasserqualität je nach Quelle unterschiedlich sein kann. Nicht jede natürliche Quelle ist automatisch keimfrei oder als Trinkwasser geeignet.

Eine abgestandene Wasserfläche steht für Stillstand, fehlende Erneuerung und Leblosigkeit.

1. **Abgestandenes Wasser - die Bibel verwendet den Ausdruck „abgestandenes Wasser“ zwar nicht als festen Begriff, aber stehendes nicht fließendes Wasser steht für:**
 - geistlichen Stillstand,
 - fehlende Erneuerung,
 - Trennung von Gott, der Quelle des Lebens,
 - Selbstgenügsamkeit oder Religion ohne lebendige Beziehung zu Gott.

Das Bild der Zisterne in Jeremia 2 ist besonders aussagekräftig: Eine Zisterne sammelt Wasser, bringt aber selbst keines hervor. Ist sie beschädigt, verliert sie sogar das gespeicherte Wasser. Im Gegensatz dazu liefert eine Quelle fortwährend frisches Wasser.

2. Eine frische Quelle steht für:

- Leben – Gott ist der Ursprung des Lebens.
- Erneuerung – Gottes Geist schenkt neues Leben und Kraft.
- Wahrheit und Reinheit – Gottes Wort wird mit reinem Wasser verglichen.
- Beständiges Geben – Eine Quelle fließt ständig und versiegt nicht.

Verlasse die Quelle des Lebens nicht und stille deinen Durst nicht an den falschen Quellen!

1. **Wie können wir zuverlässig Durst löschen? Der Wurzel statt dem Bedürfnis begegnen**
2. **Wie können wir zuverlässig Durst löschen? Geistliche statt irdische Quellen anzapfen**
3. **Wie können wir zuverlässig Durst löschen? Verlasse die Quelle des Lebens nicht!**